

HELSINGIN LUISTELUAKATEMIAN

KESÄTREENIT

6-12 -VUOTIAILLE LUISTELUKOULULAISILLE



[FACEBOOK.COM/LUISTELUAKATEMIA](https://www.facebook.com/luisteluakatemia)

Rullaluistelua, luistelun kuivaharjoittelua ja muita luistelua tukevia pelejä ja leikkejä

- ▶ Luistelukoulun kesätreeneissä harjoitellaan lajeja ja pelejä, jotka tukevat jääkiekon, taitoluistelun ja pikaluistelun harrastamista.
- ▶ Harjoitukset ovat leikillisiä, hauskoja ja lasta rohkaisevia harjoitteita.
- ▶ Opetusta antavat kokeneet luisteluopettajat.

Lisätiedot

- Kesäkausi kestää 20 viikkoa, harjoituksia 2 kertaa/viikko = 200 euroa.
- Treeneihin voi osallistua myös 10-kerran kortilla, 100e. (Maksat vain niistä kerroista, jolloin osallistut).

Maanantaisin klo 18.00-18.45

- kuivatreenit Oulunkylässä
- Käskeynhaltijantie 11, Helsinki
- juoksulenkkarit ja urheiluvaatteet

Keskiviikkoisin klo 18.00-18.45

- rullaluisteluharjoitukset Pirkkolassa.
- Pirkkolantie 23, Helsinki
- omat rullaluistimet, kypärä sekä mahdolliset muut suojat

- Ilmoittautumiset ja lisätiedot: teemuylanen@gmail.com
- Lisätietoa myös luistelukoulun nettisivuilta:

[facebook.com/luisteluakatemia](https://www.facebook.com/luisteluakatemia)